KTC.6.74 Thiền
<blockquote>Kalama xin tri ân bạn elteetee ghi chép bài giảng</blockquote>
[02/09/2019 - 03:50 - elteetee]
Hôm nay chúng ta học kinh 74. Trong kinh này Đức Phật Ngài dạy rằng có 6 pháp này nếu không bỏ được thì chúng ta không có cách nào chứng đắc thánh quả được hết. Ba pháp đầu tiên là ba tà tư duy. Ở đây có lẽ chúng ta cũng phải có một định nghĩa nhỏ về chữ tầm và chữ tưởng. Đây mình thấy có dục tầm, sân tầm, hại tầm, dục tưởng, sân tưởng, hại tưởng. Thì ở đây, tầm nó chính là cái từ đồng nghĩa của chữ gọi là tư duy. Tư duy trong A tỳ đàm gọi là tâm sở tầm.
Cái suy nghĩ nào mà bản chất của nó là sự đam mê, thích thú ở trong các dục, trong 5 trần vật chất sắc, thinh, khí, vị, xúc thì suy nghĩ đó, tư tưởng đó được gọi là dục tầm.
Sân tầm là suy nghĩ, tư tưởng nào mà nó mang nội dung là bất mãn đối với 5 trần.
Chúng ta biết rằng, nếu mà nói trên thuật ngữ nó rất là xa lạ với mình, nhưng mà nếu mình nói bằng cái ngôn ngữ của mình không có xài thuật ngữ, thì toàn bộ đời sống của chúng ta từ lúc chúng ta còn bé, còn ở trong bụng mẹ cho đến khi chúng ta chết, nguyên quảng đời mấy chục năm đó, chúng ta thường xuyên 99% thời gian là chúng ta sống với ba cái tà tư duy này, đó là dục tầm, sân tầm và hại tầm. Chỉ trừ một cái người mà có học giáo pháp rồi tu tập theo lời Phật thì phần trăm bất thiện mới ít đi, chứ còn không thì chúng ta từ nhỏ cho đến già, đến chết, chúng ta phần lớn thời gian là sống trong bất thiện.
Mà bất thiện ở đây nó có nhiều cách kể. Bất thiện kể là tham sân si cũng được, bất thiện kể là 10 kiết sử là thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ, dục ái và sân, ngã mạn, phóng dật, đó cũng là một cách kể. Nhưng mà cái cách kể gọn nhất và dễ hình dung nhất đó chính là dục tầm, sân tầm và hại tầm. Có nghĩa là trong đời sống mình, một là mình chạy theo cái mình thích; hai là mình chạy trốn cái mà mình bất mãn, mình ghét sợ; còn cái hại tầm là cái ý tưởng chống đối, đánh phá, tấn công trước cái trần cảnh dầu đó là người hay là vật. Thí dụ như cái lòng mà muốn nhìn thấy người ta đau khổ, nhìn thấy người ta rơi lệ, đổ máu, muốn nhìn thấy một cái vật gì đó mà nó bị bể, nó bị gẫy, nó bị hư hao, thì cái ý muốn đó được gọi là hại tầm.
Nói một cách rốt ráo thì cái dục tầm ở đây chỉ cho tâm sở tham, còn sân tầm ở đây là cái tâm sở sân, còn hại tầm ở đây chính là sự vắng mặt của tâm sở bi, nhớ nha, sự vắng mặt của tâm sở bi.
Thì như nãy tôi nói đó, suốt một cuộc đời của chúng ta, chúng ta khổ là vì sao? Vì chúng ta cứ chạy theo cái mình thích, chạy trốn cái mình ghét, mà có bao nhiêu người trong chúng ta được thành công, được toại nguyện, được như ý trong cái ý muốn theo đuổi cái mình thích. Có bao nhiêu phần trăm trong chúng ta được gọi là toại nguyện? Và trong số những cái mà chúng ta ước mơ trong đó có bao nhiêu phần trăm mà được như ý, rất là ít, thưa quí vị. Vì sao? Vì cái lòng tham của phàm phu là không có đáy, lòng tham của mình không có đáy, cho nên mình thích 10 là mình chỉ được một, hai; mà mình thích 100 thì mình cũng chỉ được chừng đó phần trăm. Thí dụ mình thích 10 mình

được một, hai thì mình thích 100 mình chỉ được một chục, hoặc hai chục vậy thôi, cũng tiếp tục cái phần trăm như vậy.
Rồi cái ý muốn chạy trốn cái mình bất mãn, có bao giờ được toại nguyện không? Có ai trong số chúng ta ngồi trong room này nè mà tránh được cái mình ghét không? Thí dụ như trưa nắng chang chang vậy, mình muốn cho nó đừng có nóng nữa, nó có bớt nóng không? Không. Bụi quá, nóng quá, mùi cống rãnh hôi hám quá, hoặc là bây giờ trong người mình nực nội quá, người nó tê nhức, mệt mỏi quá. Rồi bao nhiêu cái chuyện xã hội tế toái, chuyện gia đình, chuyện của thiên hạ, chuyện trong dòng tộc bà con, bạn bè thân quyến. Rồi chuyện trong nhà của mình, chuyện từ ở trong bếp, trong phòng ngủ chuyển qua phòng khách, ngó ở đâu cũng toàn là chuyện bất mãn, trái ý nghịch lòng không hà. Ở đâu cũng như vậy, mà hỏi chứ trong số chúng ta ở đây, có bao nhiêu người mà có được đời sống như ý?
Tôi nhớ tôi có đọc ở đâu đó một thống kê như thế này: Nhân loại thì có mấy tỉ người, nhưng mà sống đúng chuẩn, đủ tiêu chuẩn để được gọi là sống cho ra hồn, sống cho đàng hoàng thì phải có mấy điều kiện sau đây: Thứ nhất là điều kiện về y tế, có nghĩa là mình không có phải e ngại khi mình phải đi nha sĩ, đi bác sĩ, đi bệnh viện; chứ còn cái đời sống mà mỗi lần nghe nói tới bệnh viện, nghe nói tới bác sĩ, nghe nói tới nha sĩ mà mình cứ lo ngại mình không có tiền là không được, nha. Cho nên thứ nhất là điều kiện y tế. Thứ hai là điều kiện giáo dục, có nghĩa là bản thân mình cái chuyện mà 4 năm đại học không phải là chuyện khó, không phải là chuyện khó, thậm chí có những quốc gia chính phủ còn cho dân học từ mẫu giáo cho tới trung học mà học miễn phí, quí vị biết không? Rồi cái thứ ba nữa là cái điều kiện về đi lại, có nghĩa là mình muốn đi đâu thì mình đi, không có phương tiện nào mà nó ngoài tầm với của mình hết, thí dụ như máy bay nè, rồi xe lửa, xe hơi, ngay cả những chiếc du thuyền, hay là bất cứ phương tiện xe gắn máy, xe đạp, bất cứ, một cái nơi chốn, một cái đất nước mà người dân muốn sử dụng phương nào cũng được, muốn đi đến nơi chốn nào cũng không có khó khăn. Có những cái đất nước như vậy đó, những cái đất nước người ta coi chuyện đi nước ngoài là chuyện bình thường. Như vậy, điều kiện giáo dục, điều kiện y tế, điều kiện đi lại, rồi cái gì nữa? Phương tiện truyền thông, có nghĩa là chúng ta thoải mái sách báo, internet không có bị ngăn ngại. Thì có được những cái điều kiện đó thì mới gọi là một đời sống đúng chuẩn. Sau khi tôi kể 4 cái đó cho quí vị nghe, quí vị thử tưởng tượng trong đời quí vị có được bao nhiêu phần trăm toại nguyện nếu mà đem so với 4 cái tiêu chuẩn đó: giáo dục, y tế, đi lại và truyền thông. Các vị được bao nhiêu? Đấy, chỉ lấy 4 cái điều kiện đó thôi là mình đã thấy đời sống mình là bất toại rồi, nha.
Rồi cái đầu tiên là thích, là cái dục tầm. Có nghĩa trong suốt một đời của mình là mình thích hết cái này tới cái khác. Mà tôi đã nói không biết là bao nhiêu lần, thích bản chất nó là khổ, vì sao? Vì muốn không được là khổ, thích thì phải theo đuổi nó thì cái hành trình mà theo đuổi cái mình thích là một hành trình cực kỳ gian khổ, nha. Thích mà không được là khổ; theo đuổi nó là một hành trình gian khổ; mà tìm được nó rồi phải giữ nó, giữ cái mà mình có được là một cái khổ; và giữ không được thì càng khổ. Và cả đời của chúng ta trong vô số kiếp luân hồi và cả trong kiếp sống này, chúng ta thường trực sống với nỗi khổ vì từ cái mình thích, các vị biết không? Từ cái mình thích nó đã là khổ rồi, cho nên cái dục tầm ở đây, bản thân nó là phiền não, bản thân nó là nguồn khổ, bản thân nó là cái khổ, bản thân nó cũng là nguồn sanh khổ.
Sân tầm cũng vậy, trong đời của chúng ta có bao nhiêu chuyện để chúng ta bất mãn, biết bao nhiêu chuyện để chúng ta bất mãn, liệu chúng ta có thể giải quyết được bao nhiêu phần trăm những cái điều bất mãn đó? Như vậy thì cái bất mãn bản thân nó là phiền não mà nó cũng là cái khổ, nó vừa là phiền não mà nó vừa là cái khổ.
Cái thích cũng vậy, bản thân nó là phiền não, bản thân nó cũng là cái khổ. Cái ghét, cái bất mãn, bản thân nó là phiền não, mà bản thân nó cũng là cái khổ.
Và cái thứ ba, cái hại tư duy gọi là hại tầm, nó chính là cái hình thức phát tát, một hình thức biểu hiện của sân tầm, từ cái bất mãn nó mới ra cái ý tưởng chống phá, đạp đổ, hủy diệt. Mà các vị tưởng tượng đi, có vui gì không khi mà chúng ta có cái ý mà hủy diệt, đạp đổ, chống phá một người hay một vật? Có vui gì không? Chắc chắn là không vui. Là vì sao? Vì trong tâm tình một người an lạc, hạnh phúc, họ không có hứng thú trong cái chuyện đập phá, chống đối, gây nhiễu hại, hủy hoại bất

cứ người hay vật. Chúng ta phải có vấn đề trục trặc làm sao đó, chúng ta mới nghĩ tới cái chuyện đó, cái chuyện mà phá hoại, cái chuyện mà đánh phá, nha.
Do đó, cái người mà sống vật lộn với ba cái thứ tà tư duy này nè, gọi là tà tư duy, thì bản thân mình không an lạc và mình cũng trở thành cái nguồn khổ cho bao nhiêu người, thiên hạ ở gần mình, thậm chí ở xa cũng hỏng yên nữa. Thì một người mà còn phải sống vật lộn với ba cái này nè thì an lạc còn không được, nói chi là chứng thánh. Bởi vì các vị cũng đồng ý với tôi là pháp môn Tứ niệm xứ là một pháp môn đi ngược lại ba cái tà tư duy. Đi ngược là sao?
[02/09/2019 - 06:50 - elteetee]
Hành giả luôn luôn sống trong một ý thức rất rõ rằng mọi thứ do duyên mà có, có rồi phải mất, hành giả phải luôn luôn ý thức như vậy. Bởi vì sao? Bởi vì chính mình từng bước đi mình biết, đi biết là đi, ngồi biết là ngồi, thấy nó đơn giản như vậy mà nó sâu sắc lắm quí vị. Sâu sắc chỗ nào? Khi mà mình chánh niệm trong từng tư thế sinh hoạt lớn, bé, hoặc là chánh niệm trong từng hơi thở vào ra, chuyện đầu tiên, trong điều kiện tỉnh thức ấy, phiền não không có cơ hội chen vào, đó là cái thứ nhất.
Cái thứ hai, nếu mà chúng ta có một chút lơ đễnh, sơ sẩy mà cái phiền não nó chen vào, chúng ta cũng lập tức phát hiện.
Cái thứ ba, khi mà chúng ta sống tỉnh thức, sống chánh niệm như vậy đó, buổi đầu thì chánh niệm chỉ đơn giản là chánh niệm, nhưng về lâu về dài một ngày, hai ngày, một tháng, hai tháng, một quí, hai quí, một năm, hai năm, tùy người; thì chúng ta sẽ nhận ra một cái chuyện mà đó giờ mình không có ngờ: Thì ra mình là đồ ráp. Mà mình sao thì người khác vậy. Đồ ráp là sao? Ráp có nghĩa là không có một cái tôi nào mà nó tồn tại quá một phút đồng hồ hết, tức là thiện, ác, buồn, vui; thiện, ác, buồn, vui; thiện, ác, buồn, vui. Hôm nay các vị ngồi trong room các vị nghe chúng tôi nói cũng chỉ là trên lý thuyết, chứ nếu mà bây giờ bước vào thực hành, sống chậm lại, chậm đây không phải là về tốc độ mà chậm đây có nghĩa là mình đừng có một phút mà đi theo năm bảy đối tượng, năm bảy cảnh, chậm đây có nghĩa là vậy đó. Có nghĩa là sống hết mình với từng cái biểu hiện, từng cái sanh diệt của thân tâm, chúng ta mới ngộ ra hồi nãy tôi mới vừa nói đó.
Sống chánh niệm được nhiều cái lợi lắm: Một, là phiền não không có cơ hội xen vào. Thứ hai, nếu nó có xen vào, qua một phút giây sơ sẩy nào đó thì chúng ta cũng lập tức phát hiện. Cái thứ ba, qua đó chúng ta mới có dịp thấy rằng chúng ta chỉ là một cái bọt nước, chỉ là một cái làn khói thôi. Và với ba cái lợi ích này của chánh niệm, thì chúng ta không có cơ hội phải quay lại ba cái khổ, ba cái tà tư duy này. Đó là mình không có cơ hội, mình không có lý do để mà mình đi vật lộn với cái mình thích, với cái mình ghét, và mình cũng càng không có lý do để mình nuôi một cái ý tưởng gọi là tàn phá, hủy diệt, đánh đổ, chống phá bất cứ cái gì trên đời này.
Và tôi nhắc lại một lần nữa, ngay cả khi các vị tấn công người khác, đánh người khác, đánh bẹp người khác, đánh ngã người khác, các vị nghĩ các vị chiến thắng, chứ thật ra lúc đó các vị đang thua bản thân mình, là bởi vì sao? Vì các vị đã không vượt qua được cái cảm xúc của mình, không vượt qua được, chính chúng ta trở thành nô lệ, chúng ta trở thành cái kẻ thua cuộc trong chính cái cảm xúc của mình. Vì chúng ta bức bối, chúng ta bị bế tắc không tìm ra hướng giải quyết, chúng ta mới nghĩ đến chuyện tấn công người khác, là đập đổ, phá hoại, chống đối cái đối tượng khác. Chứ một người thật sự an lạc, thật sự sống tỉnh thức, bản thân của họ, cái chuyện mà họ quan sát, cái chuyện mà họ nhìn ngắm nó còn không đủ thời gian để làm, nói chi là cái chuyện bận tâm đến cái mình thích, cái mình ghét, nói chi là có thời gian để mà tàn phá, chống đối cái ngoại vật bên ngoài, cái đối tượng bên ngoài, chúng ta không có thời gian làm cái chuyện đó.
Cái người mà theo đuổi cái mình thích, bận tâm tới cái mình ghét, có lòng muốn chống đối, đánh phá một đối tượng khác, người này dứt khoát không tài nào an lạc. Và chúng ta không thể nào giải thoát đau khổ khi bản thân mình trước hết không được an lạc. An lạc còn không được, nói gì là chứng thánh, thưa quí vị. Và tôi nhắc lại một lần nữa, tu hành chuyện đầu tiên làm ơn đừng có nghĩ là ta sẽ đắc cái gì hết, mà chuyện đầu tiên anh phải được an lạc trước cái đã. Bởi vì ngay ở trong cái sự an lạc của anh thì anh mới có cơ hội, có điều kiện tâm lý để anh thấy ra cái này cái kia. Nó giống như một mặt hồ mà nó yên lặng, hoặc là giữa khi mà mặt hồ yên lặng, nước sạch sẽ, trời yên, gió lặn, không có gợn sóng, thì trong cái phút giây đó chúng ta có thể nhìn thấu được đáy hồ. Cũng vậy,

khi mà chúng ta có được an lạc như lời Đức Phật dạy là có hỷ lạc rồi nó có khinh an, khinh an rồi nó có định tĩnh, định tĩnh là tập trung đó, có định tĩnh thì trí nó mới làm việc được.
Cho nên, tôi nhắc lại một lần nữa: Thế giới này nó là cái gì thì tùy thuộc vào cái khả năng quan sát của chúng ta. Cái đó rất là quan trọng. Chúng ta sẽ sống trong địa ngục triền miên nếu mà ngay bây giờ chúng ta không có tự an lạc, chúng ta sẽ suốt đời mãi hoài sống trong cái kiếp đời ngạ quỷ khi mà cứ suốt cuộc đời thèm khát đi theo đuổi cái mình muốn. Chúng ta sẽ mãi hoài chìm sâu trong cảnh giới của A tu la, của địa ngục khi mà mình bị đốt cháy bởi những sự bất mãn triền miên trong tâm thức. Và cái cuối cùng, chúng ta mãi hoài là quỷ dữ khi mà suốt một đời cứ theo đuổi những đối tượng mà mình muốn đánh phá, muốn hủy diệt, muốn tàn hại.
Cho nên ba cái tà tư duy là ba cái đề tài rất là quan trọng, tức là khoan nói đến chuyện tu hành giải thoát, cái chuyện đầu tiên là anh phải an lạc trước thì anh mới làm được cái này cái kia. Tin tôi đi. Thí dụ như bây giờ anh muốn đứng anh hái trái, anh cầm cái cây lồng, cây sào, anh muốn chọt cái trái gì đó; chuyện đầu tiên là anh phải khẳng định, anh phải xác định với anh đó, là mình đang có một chỗ đứng vững chãi, mình đang trong một tình trạng ổn định thì mình mới hái cái trái đó được, chỉ là hái trái thôi đó, mà cũng phải cần đến một cái điều kiện ổn định của thân xác. Một người học trò vào trong lớp học, một người tài xế đang lái xe, một người tiểu thương đang buôn bán, một ngư phủ đang đánh cá, tất thảy mọi ngành nghề, mọi công việc đều đòi hỏi chúng ta một sự ổn định tối thiểu, thì từ đó chúng ta mới có thể làm việc này việc kia.
Trong tâm thức của một người cầu đạo giải thoát, cũng như vậy thưa quí vị, nha, trong tâm thức của một người cầu đạo giải thoát, chuyện đầu tiên là anh phải an lạc và chúng ta cũng nhớ rồi, cái này chúng ta đã biết rồi, tôi chỉ nhắc lại thôi.
Ở đây chúng ta đang nghe giảng về ba cái tà tư duy, đó là dục tư duy, tức là sự đam mê thích thú trong 5 trần. Sân tư duy là sự bất mãn trong 5 trần. Hại tư duy là cái ý tưởng muốn chống phá, chống đối trong 5 trần.
17:05
[03/09/2019 - 06:52 - elteetee]
Các vị đã từng nghe, cái này tôi nhắc lại thôi, tất cả nỗi khổ trên đời này chỉ có hai nguồn mà có, hai nguồn mà ra, tôi bảo đảm một ngàn phần trăm như vậy. Tất cả nỗi khổ trên đời này chỉ đến bằng hai nguồn thôi: Một là do ta có cái gì đó, và hai là do ta không có cái gì đó. Nghe kỹ nghe, cái này bửa nay phải nghe kỹ cái phần này nghe. Tôi nhắc lại: Tất cả nỗi khổ trên đời này chỉ đến từ hai nguồn, một là do ta có cái gì đó, thí dụ như ta có bệnh hoạn nè, ta có nợ nần nè, ta có thù oán nè; đó, bệnh hoạn, nợ nần, thù oán, ta có vấn đề về pháp lý, pháp luật nè, đó, 4 cái, nha. Thì khi mà ta có một vấn đề nào đó trong mấy cái này nè, vì có mấy cái đó chúng ta đau khổ.
Còn vì không mà chúng ta đau khổ là sao? Đó là không tiền, không sức khỏe, không kiến thức, không quan hệ xã hội, thậm chí không nhan sắc v v...Như vậy tất cả nổi khổ trên đời này nó đến từ hai nguồn: Có cái gì đó và không có cái gì đó. Rồi tất cả hạnh phúc trên đời này cũng vậy, nó cũng chỉ đến từ hai nguồn thôi là do có cái gì đó và do không có cái gì đó mà chúng ta được hạnh phúc. Có cái gì mà ta hạnh phúc? Thí dụ nói theo thế gian: Có nhan sắc, có sức khỏe, có tiền bạc, có kiến thức,...đó là những cái có mà làm cho mình hạnh phúc. Còn cái không là sao? Cái không mà làm cho mình hạnh phúc: Không nợ, không bệnh, không thù oán, không có pháp lý, pháp luật, không có vấn đề về tụng đình. Như vậy thì chỉ riêng cái chữ có và không nó là toàn bộ diện mạo của thế giới. Hạnh phúc hay đau khổ từ hai chữ có và không mà ra. Đọc như con nít vậy đó: "Tất cả đau khổ đều đến từ hai nguồn do có cái gì đó và do không có cái gì đó. Tất cả đau khổ cũng đến từ hai nguồn do có và do không có cái gì đó." Xong chưa?
Bây giờ mình quay lại bài học của mình. Khi mà chúng ta sống với dục tầm là chúng ta luôn luôn sống trong cái niềm trông đợi, ao ước, khát khao, đam mê, đắm đuối, chúng ta mong cái này, mong cái kia. Mà chúng tôi đã nói rồi, mong mà không được là phải khổ, vì khổ nó đến từ hai nguồn mà, mong mà không được là khổ.
Rồi tới cái thứ hai là sân tầm, là chạy trốn, bất mãn mà không được, né mà không được, bất mãn mà tránh không được, không chạy trốn được cái mình bất mãn thì đó cũng là cái khổ, là vì sao? Là bởi vì khổ đến từ hai nguồn mà, à ha. Chính vì toàn bộ đời sống của chúng ta nó đến từ hai nguồn có và

không, từ có và không mà ta được hạnh phúc, từ có và không mà ta bị đau khổ. Mà vì sao có hai nguồn đó ta? Vì sao vậy? Vì phàm phu luôn luôn là sống với dục tầm và sân tầm. Cứ luôn luôn chạy trốn cái này, theo đuổi cái kia. Chính vì chúng ta sống trong cái ý tưởng chạy trốn và kiếm tìm cho nên chúng ta đau khổ. Vì đau khổ đến từ hai nguồn mà, cái chuyện đó rất là khoa học, rất là rõ ràng thôi. Đứa bé 10 tuổi nó nghe cái này nó có thể lập lại được, hoàn toàn có thể lập lại được. Chính vì đời sống được hạnh phúc và đau khổ từ hai chữ có và không cho nên khi mà chúng ta có lòng theo đuổi và tránh né là chúng ta đang rước cái khổ vào đời của mình, nha.
Cái thứ ba, khi mà mình không có được an lạc mình mới đi đến một cái tình trạng tệ hại là mình đem cái khổ của mình đổ lên đối tượng khác, đó chính là hại tư duy. Tôi nhắc lại một lần nữa, khi bản thân anh không được an lạc, khi cái thích của anh không được giải quyết, không được giải đáp thỏa đáng, không được thỏa mãn, khi mà cái chuyện anh chạy trốn không được, cái bất mãn mà anh tránh không được thì anh đem hai cái khổ anh đem anh trút lên đầu của người khác, giận cá chém thớt. Chính vì cái chỗ anh không giải tỏa được cái nổi khổ niềm đau của anh, anh mới đem nổi khổ niềm đau ấy gieo rắc lên người khác. Thì cái ý tưởng gieo rắc đau khổ ấy được gọi là hại tư duy.
21:24
Rồi, bây giờ tới ba cái tiếp theo đó là ba cái tưởng: dục tưởng, sân tưởng và hại tưởng. Tưởng ở đây là gì? Thưa quí vị, trong đời sống này, chúng ta sống bằng ba thứ: chúng ta sống bằng thức, chúng ta sống bằng tưởng và chúng ta sống bằng trí.
Sống bằng thức là sao? Sống bằng thức có nghĩa là đời sống thông qua 6 căn: nhãn thức, nhỉ thức,..., mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm, ý suy tư. Đó là đời sống thuần túy 6 giác quan. Và người có học tí ti về A tỳ đàm cũng hiểu rằng chỉ đơn giản sống bằng 6 giác quan thì đời sống của chúng ta nó tẻ nhạt lắm. Rất là tẻ nhạt. Cái chữ tẻ nhạt này nè, nếu mà quí vị ngồi trước mặt tôi, tôi có một tờ giấy và một cây bút, thì cái chữ tẻ nhạt này tôi sẽ viết nó bằng mực đỏ. Tôi nhắc lại, đời sống này rất là tẻ nhạt nếu chúng ta thuần túy sống bằng 6 căn, có nghĩa là thấy chỉ là thấy, nghe chỉ là nghe, nó rất là tẻ nhạt. Mà tại sao tôi muốn viết cái chữ tẻ nhạt này bằng mực đỏ, tại sao vậy? Vì ở phàm phu không thể nào chỉ thấy đơn giản là thấy, nghe đơn giản là nghe, cho nên ngoài cái đời sống bằng thức, chúng ta lại phải thêm một cái nữa là đời sống bằng tưởng. Khi thấy cái gì đó, chúng ta phải thêu dệt, vẽ vời lên đó bao nhiêu là thứ ký ức, bao nhiêu là thứ kinh nghiệm, bao nhiêu là thứ kiến thức, ký ức và kinh nghiệm. Đó, thì đời sống đó chúng ta mới sống nổi.
Thí dụ như nhìn cái hoa, chúng ta gọi tên nó là hoa hồng, chỉ cần nhớ đó là tên hoa hồng, đó là chúng ta đã vay mượn cái tưởng rồi, cái hoa hồng này cái giá trị vật chất của nó hơn hẳn nhiều thứ hoa khác. Khi chúng ta nghĩ tới giá trị vật chất của hoa hồng, cái tên gọi của hoa hồng, chúng ta biết rằng hoa hồng nó màu vàng, nó màu trắng, nó màu tím, thì mấy cái màu đó bản thân nó cũng là hồi ức, là kiến thức là kinh nghiệm, nha. Rồi đóa hoa hồng ấy gợi cho ta bao nhiêu thứ hồi ức, ta sẽ mua hoa này, ta sẽ trồng hoa này cho ai, nếu mình để trong nhà mình chúng ta sẽ chưng nó ở đâu? Chúng ta biết rất rõ làm sao để cắt một đóa hoa hồng, làm sao để ghim, để cắm, để chưng một bình hoa hồng. Tất cả những cái biết đó về hoa hồng nó mới làm cho chúng ta thấy hoa hồng nó lớn chuyện. Chứ còn nếu mà chỉ thấy thôi, chỉ thấy mới là thấy đời sống bằng thức thôi, chưa thấy đời sống bằng tưởng thì hoa hồng đối với chúng ta nó rất là tẻ nhạt.
Như vậy, đời sống mình có ba cái, thứ nhất chúng ta sống thông qua thức; thứ hai, là sống thông qua tưởng; và cái thứ ba, qua trí. Trí là gì? Trí là cái khả năng biện biệt, biết rõ cái gì nên, cái gì không nên, cái gì thiện, cái gì ác, cái gì cần làm, cái gì không nên làm. Mà đa phần phàm phu thì thiếu nặng, thiếu thốn nghiêm trọng về cái mặt trí, chúng ta thường sống bằng tưởng thôi. Đấy, từ hồi bé mình quơ tay mình thấy hơi ấm, hơi thở, nhịp tim của mẹ là mình yên tâm, đó chính là tưởng. Trong bao nhiêu tháng nằm trong bụng mẹ, mình quen với nhịp đập của mẹ rồi. Bây giờ mình lớn, mình mới vừa sanh ra là chuyện đầu tiên là mình phải tìm hơi ấm trong cái mùi, tìm cái nhịp đập tim của mẹ, đó chính là tưởng. Rồi dần dần lớn lên, chúng ta quơ tay, chúng ta biết đó là bình sửa, đó, đó là cái mùi của mẹ, của bà, của anh, của em. Rồi thì lớn lên nữa, chúng ta biết đây là cái chén, cái tô, đôi dép, đôi tất, cái nón, cái áo, cái quần. Rồi từ từ chúng ta lớn lên, chúng ta đi vào học đường, chúng ta biết đây là cộng, trừ, nhân, chia, đây là chữ A, đây là chữ B, đó chính là tưởng.

Rồi từ từ lớn lên thêm một mớ nữa, chúng ta thấy đây là con gái, đây là con trai, đứa này nó đẹp hơn đứa kia, đứa kia thấy ghét hơn đứa này, đứa nọ xấu hơn đứa khác, đó, đó chính là tưởng. Cứ như vậy, toàn bộ đời sống của chúng ta, chúng ta biết cái này nó màu sắc, hình dáng ra sao, nó thuộc về cái gì, chủng loại gì trong trời đất này, nó là núi non, kinh rạch, sông ngòi, biển cả, nam phụ lão ấu, phi cầm tẩu thú, bò bay máy cựa, tất cả những cái đó trong đời sống của mình đều là tưởng hết. Tới đó thôi.
Chỉ khi nào có trí thì chúng ta mới biết: "Ờ, cái này nè hại mình hại người, cái này là điều lành, cái này là điều tội lỗi nè." Khi nào sống mà có vươn lên đến cái tầm suy tư đó mới gọi là có trí, còn đa phần chúng ta có bằng cấp học về nghệ thuật, về khoa học đều là sống bằng tưởng hết. Mà tưởng đây là gì? Tưởng ở đây như tôi nói rất là nhiều lần, chúng ta có hai cách để mà nhận thức về thế giới, một là quan sát thế giới qua hiện tượng, thứ hai là quan sát thế giới trên bản chất. Và khi chúng ta sống bằng trí là chúng ta nhìn thế giới trên khía cạnh bản chất. Nhưng mà khi chúng ta sống bằng tưởng thì chúng ta chỉ đơn giản quan sát thế giới trên khía cạnh hiện tượng, mà quan sát trên khía cạnh hiện tượng có nghĩa là chúng ta chỉ nhìn thấy thế giới ở cái vỏ ngoài của nó thôi. Chỉ khi nào có đủ trí tuệ, mình bóc tách được cái lớp vỏ hiện tượng, thấy được cái bản chất của vạn pháp trong đó có ta, có người, có đời sống, có bao nhiêu nỗi khổ niềm đau, bao nhiêu giọt lệ và nụ cười trong đó, thì chúng ta mới có thể chuyển mình giác ngộ. Còn không chúng ta sống thuần túy ở trong sự ngộ nhận, sống trong thế giới hiện tượng không hà.
Cho nên dục tưởng là gì? Dục tưởng ở đây có nghĩa là dựa trên cái vỏ ngoài hiện tượng của thế giới mà chúng ta thích tùm lum hết trơn, thấy cái này nó đẹp nè, thấy cái này nó ngon nè, cái này nó thơm nè, cái này nó mềm nè, cái này nó mịn nè, cái này nó ấm nè, đó, thì cái đó gọi là dục tưởng.
Còn cái thứ hai là sân tưởng, tức là chúng ta tiếp tục dựa trên cái hiện tượng, cái vỏ ngoài của 5 trần để mà thêu dệt, gắn lên trên đó, vẽ vời lên trên đó bao nhiêu thứ ký ức, hồi ức, kinh nghiệm để mà chúng ta bất mãn: Cái này là trời nóng nè, cái này là trời lạnh nè. Thay vì như hồi nãy tôi nói đó, nếu chỉ thuần túy sống bằng trí, bằng thức thì chúng ta sẽ thấy đời sống này rất là tẻ nhạt. Với một người không biết đạo thì đó là đời sống tẻ nhạt, nhưng với một hành giả Tứ niệm xứ, với một bậc thánh nhân thì cái tẻ nhạt đó chính là cái diện mạo cần thấy của thế giới. Không biết tôi nói trong room có nghe kịp không?
[03/09/2019 - 07:41 - elteetee]
Đối với người bình thường thì đời sống tẻ nhạt nó là một cái gì đó đáng ngại, đáng ghét, đáng sợ; nhưng mà đối với người tu hành, đối với bậc thánh thì khía cạnh tẻ nhạt đó chính là khía cạnh chân thật và đáng có của đời sống, là vì sao? Là vì khi chúng ta thấy nó một cách trung thực không có vẽ vời thì ở đó chúng ta không có đi kèm với bất mãn, không có đi kèm với đam mê. Mà cái bất mãn và cái đam mê đó là cái gì mà đáng sợ dữ vậy? Dạ thưa đã nói rồi, muốn mà không được là khổ, ghét mà tránh không được là khổ. Chỉ có người có cái nhìn trung thực thì họ mới có thể an lạc, bậc thánh nhân hay là hành giả Tứ niệm xứ có một điểm giống nhau là cái Ngài nhìn thấy thế giới này nó vô cùng tẻ nhạt. Cho nên tôi đã nói một tỷ lần trong room mà các vị chắc quên sạch rồi, làm ơn ghi dùm tôi câu này: "Ý nghĩa lớn nhất của đời sống là thấy ra cái sự vô nghĩa của nó." Làm ơn ghi dùm tôi câu này đi: "Ý nghĩa cao nhất, ý nghĩa rốt ráo nhất của đời sống chính là thấy ra cái sự vô nghĩa của nó." Cái này là cái bà con phải xâm lên người. Và tôi nhắc lại một lần nữa, các vị có quyền nghĩ tôi hoặc là những vị giảng sư khác ra sao đi nữa là chuyện của các vị, nhưng mà cái gì cần ghi nhận, cần giữ lại làm của thì nên bỏ túi liền bởi vì mấy cái này nó giúp mình mà.
Tôi nhắc lại: "Ý nghĩa rốt ráo nhất của đời sống chính là thấy ra cái sự vô nghĩa của nó". Thấy ra vậy được cái gì ta? Được chứ sao hỏng được, được chứ, được nhiều lắm à. Khi mà thấy ra cái sự vô nghĩa của nó, thì ta sẽ không thấy ra ở đời này có cái gì đáng để mình nặng lòng theo đuổi. Và cũng không có gì đáng để mà nặng lòng chống đối, đập đổ, hủy hoại vì tất cả là vô nghĩa. Các vị có siêng mà ra rừng nhặt từng chiếc lá mà xé nhỏ, xé nhỏ, xé nhỏ không ? Các vị nghĩ dùm tôi đi.
Trong room này có ai mà bị tâm thần đến cái mức mà ra ngoài rừng mà nhặt tấm lá xé nhỏ, xé nhỏ; ra ngoài bờ sông, bến bãi, ghềnh thác, lấy cây que đập nát từng cái bọt nước, có ai rãnh làm chuyện đó không? Nó là bọt nước thì sớm muộn gì tự nó cũng vỡ thôi, mắc cái chứng gì mà phải can thiệp vào cái sự hiện hữu phù du của nó cho nó mệt xác mình, các vị hiểu không? Bản chất nó là hiện

hữu, bản chất của bọt nước là một hiện hữu rất đỗi phù du ngắn hạn thì mình can thiệp làm cái gì? Có ai rãnh lên rừng để mà đếm lá, rồi bẻ lá, rồi xé từng chiếc lá làm cái gì? Hỏng có. Chính vì chúng ta thấy nó lớn chuyện cho nên chúng ta mới theo đuổi nó. Chính vì chúng ta thấy nó lớn chuyện cho nên chúng ta mới bất mãn, mới chống đối, đập đổ nó.
Còn đằng này, trong cái nhìn của một bậc thánh, cái nhìn của một hành giả Tứ niệm xứ, cái nhìn của một người hiểu chuyện, biết chuyện, thì mọi sự bản thân nó đã là vô nghĩa rồi. Bản thân cái sự có mặt của mình đã là vô nghĩa rồi, chúng ta có thời gian đâu để mà theo đuổi, để mà nặng lòng, để mà cực lòng với cái vô nghĩa ấy của đời sống, khi bản thân mình đã là một khối vô nghĩa rồi, kính thưa quí vị. Quí vị có hiểu không? Các vị có hiểu chỗ này không? Chứ đừng có bắt chước người ta nói phù du, phù du; nhưng phải hiểu như vậy đó, phải hiểu đến rốt ráo như vậy. Tại sao nó là phù du? Là bởi vì không có cái gì tồn tại quá một sát na, đó là điều thứ nhất. Thứ hai, cái ý nghĩa rốt ráo nhất của mọi hiện hữu là cái gì? Nghĩ lại dùm đi, cái ý nghĩa rốt ráo nhất của mọi hiện hữu là cái gì? Có để mà có vậy thôi. Khi các duyên hội thì mọi thứ có mặt, khi duyên tán (hết duyên) thì mọi thứ nó biến mất. Nó vô nghĩa như vậy đó.
32:24
[04/09/2019 - 01:42 - elteetee]
Cho nên có một lần đó một vị La hán ngồi trong rừng, có người đến hỏi Ngài: "Thầy Sa môn ngồi buồn quá vậy?". Ngài hỏi: "Ta mất gì mà ta buồn?". Thì ông Bà la môn đó hỏi: "Như vậy đời sống của Ngài vui lắm sao?". Ngài hỏi: "Ta được gì mà ta vui?". Đó là một câu trả lời rất là hay, hay đến mức không thể hay hơn. Với một người hiểu đạo, biết chuyện thì đời sống có cái gì vui, có gì buồn, có gì để theo đuổi, có gì để chống phá, đập đổ, hủy diệt khi mà mọi thứ do duyên tụ, duyên tán?
Và tại sao mà ở đây Đức Thế Tôn đặc biệt nhấn mạnh về ba cái thứ tưởng: dục tưởng, sân tưởng và hại tưởng, là bởi vì Ngài thấy rằng chúng ta đem cái ảo giác, đem cái ảo tưởng mà đi vào đời, thêu dệt ở đó, vẽ vời ở đó cõi thiên đường và địa ngục để rồi tự mình hạnh phúc trong cái hoang tưởng và đau khổ trong hoang tưởng. Đau khổ là sao? Đau khổ trong hoang tưởng là lẽ ra cái chuyện đó chúng ta không cần phải nổi điên như vậy, chúng ta không cần phải nổi giận như vậy; nhưng mà chính mình vẽ, mình vẽ sao mà mình thấy nó lớn chuyện. Người ta nói câu đó dầu cho người ta có ác ý rồi thì sao? Cái ác ý đó của người ta bây giờ nó đã theo người ta đi vào giường trùm mền biến mất. Cái ác ý đó chỉ có hồi nãy, xong rồi, còn mình, mình ôm cái ác ý của người ta, ôm câu nói của người ta đau khổ mấy ngày, mấy tuần lễ; để rồi chúng ta tìm đủ cách để mà đối phó, để mà phản ứng. Mà trong khi đó ác ý đó của người ta chỉ xuất hiện một lần rồi nó biến mất, bản thân người đó cũng đang từng bước, từng bước vô ngã vô thường. Mình lấy cái vô ngã vô thường này để căm hờn, thù ghét một cái vô ngã vô thường khác.
Cho nên hồi nãy tôi nói tôi muốn viết bằng mực đỏ cái chữ tẻ nhạt, chuyện đó quan trọng lắm, rất là quan trọng, thưa quí vị. Tôi nhắc lại nha, nếu đời sống mà chỉ được mình nhìn ngắm nó, quan sát nó qua hai khía cạnh:
* Đời sống bằng thức: Thấy chỉ là thấy, nghe chỉ là nghe.
* Đời sống bằng trí: Biết những gì mình thấy, mình nghe nó đều do duyên mà có rồi cũng do duyên mà mất.
Nếu chỉ sống đơn giản bằng thức với bằng trí thì nó yên quá rồi. Còn đằng này chúng ta có pha cái tưởng vô trong đó. Tưởng là ảo giác đó, ảo tưởng, hoang tưởng đó quí vị. Sẵn ở đây tôi nói luôn, các bậc thánh các Ngài cũng biết, đây là nước lạnh, đây là nước đường, đây là mật, cái Ngài biết chớ không phải không biết; nhưng các Ngài cũng biết thêm cái nữa, đây là mật từ đâu mà có và được thế giới loài người dùng nó để làm cái gì. Các Ngài dùng nó trong cái nhu cầu thiết yếu của sinh lý, hết. Các Ngài không có thêu dệt thêm nữa để mà thích nó. Còn mình thêu dệt là cái mật này nó ngọt nè, nó có mùi thơm nè, mật này mật thiệt, mật này mật giả. Khi chúng ta bày vẽ ra quá nhiều thứ thì mỗi muỗng mật, mỗi giọt mật nó trở nên là quá lớn chuyện đối với chúng ta; từ đó một cái hũ mật ong có thể là một cái cớ để chúng ta hạnh phúc, cũng là cái cớ để chúng ta giận dữ, ưu buồn, tiếc nuối, đau khổ. Trong khi bậc thánh, các Ngài cũng uống chai nước lạnh, nhưng mà đối với các Ngài, nước lạnh chỉ là nước lạnh thôi. Nước để uống, nước để tắm, nước để rửa, nước để giặt; uống, tắm, giặt, rửa, đối với các Ngài đơn giản như vậy. Còn mình thì một cái ly nước, một

thau nước, một thùng nước, một xô nước, một bồn nước, một hồ nước đối với chúng ta đều là những cái để ta thêu dệt, ngay cả một giọt nước đối với phàm phu nó cũng lớn chuyện lắm các vị có biết không? Rất là lớn chuyện.
Bậc thánh đang ngồi một giọt nước nhiễu xuống trên người Ngài cái "độp"; một là các Ngài biết rằng lạnh hoặc là ướt, rồi nếu cần các Ngài ngước lên các Ngài nhìn, bởi vì đây là trong phòng riêng, khi mà nước nó nhỏ như vậy là mái nhà bị dột, các Ngài tìm cách các Ngài sửa, hết. Tức là trong đời bậc thánh làm toàn chuyện cần thiết không. Còn mình thì sao? Mình đem cái hoang tưởng, tức là ý tưởng hoang đường mình gắn vào trong giọt nước, mình bắt đầu mình dệt, mình ngồi mình dệt: "Đã nói là cái nóc nó có vấn đề, mà nói hoài mà hỏng chịu sửa, cái con người gì mà nói hoài không hiểu", hoặc: "Cái ông đó ổng hứa mà sao ổng hỏng tới hả trời, cái mặt ổng nhìn là biết thất tín rồi", rồi: "Trời ơi, đêm nay mưa dột thế này làm sao mình ngủ hả trời, làm sao mình ngồi thiền hả trời? Mà nước này hỏng biết nước dơ hay nước sạch?" Tức là mình ngồi mình vẽ vời một hồi chỉ một giọt nước thôi mà nó cực kỳ lớn chuyện, quí vị biết không, lớn chuyện lắm lắm lắm. Đấy, trong khi đó đối với bậc thánh thì giọt nước chỉ đơn giản là giọt nước, các Ngài không đem mấy cái hoang tưởng, ảo tưởng, giả tưởng các Ngài gắn vào cái giọt nước ấy. Còn mình thì không, đối với mình cái giọt nước nó có thể là cái cớ để mà mình quay về với dục tưởng, sân tưởng và hại tưởng. Nãy tôi mới nói đó, mới có một giọt nước nó nhiễu cái "độp" lên người là mình đã nổi điên lên rồi, mình đã nổi điên lên với cái người nào mà mình cho là có trách nhiệm, là lúc đó mình có sân tưởng, có hại tưởng. Còn không nữa là giọt mưa nó rớt xuống làm cho mình nhớ tới một người, mình nhớ tới một ánh mắt, một mái tóc, một nụ cười, một giọng nói, một mùi hương. Các vị nghe kịp không? Giọt nước đó đó, hỏng biết cái người đó bây giờ ở đâu? Đã qua bến bờ nào, đã đang làm dâu xứ lạ…, chỉ một giọt nước thôi, mình đang sống bằng hoang tưởng.
Chúng ta lấy hoang tưởng và ảo tưởng, giả tưởng ấy đi vào đời, chúng ta thêu dệt, vẽ vời đến bao nhiêu thứ trần cảnh mà chúng ta gặp phải. Từ đó cái gì đối với chúng ta cũng rắc rối, cái gì đối với chúng ta nó cũng lớn chuyện hết. Mà tấm thân sanh tử này bản thân nó đã đủ để làm chúng ta khổ rồi. Đằng này bao nhiêu cái trần cảnh mà nó đổ tới, nó xảy đến là chúng ta lại biến mọi thứ nó thành ra một cái ngọn núi, một cái tảng đá nó đè lên người của mình, nó đè lên trái tim rất đỗi mong manh và dễ vỡ của mình, dễ tổn thương của mình. Các vị thử tưởng tượng, sống như vậy có khổ hay không? Quá khổ đi, nghen.
À há, cho nên Phật dạy người không bỏ được 6 cái này không có tài nào mà sống an lạc nói chi là chứng thánh, các vị nghe kịp chưa? Xong rồi đó mình qua kinh khác.
Tôi có nhanh lắm không ta? Đúng ra cái bài 74 này nó còn có nhiều cái chuyện xuất sắc lắm. Bữa hổm tôi nói với bà con, đời sống này nó gồm tất cả là ba tưởng, bà con còn nhớ không? Đó là dục tưởng, thiền tưởng và quán tưởng.
Dục tưởng tức là chúng ta lấy cái ảo giác, ảo tưởng của mình trong 5 trần để mình sống, từ hình dáng, màu sắc, mùi vị, cảm xúc, xa gần, nặng nhẹ, trên dưới, trong ngoài, cao thấp, dài ngắn, trắng đen, mập ốm,...Đó gọi là dục tưởng.
Cái tưởng thứ hai đó là thiền tưởng, có nghĩa là đối với người không có tu tập thiền định, thế giới này là thiên hình vạn trạng, nãy tôi nói rồi đó, bao nhiêu thứ; khi mà thế giới này nó có quá nhiều thứ, chúng ta bị phân tâm, chúng ta bị chia trí. Nhưng mà đối với người tu thiền thì toàn bộ thế giới này, toàn bộ vũ trụ này nó gom gọn ở trong 10 cái đề mục thôi đó là: đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng. Khi mà thế giới này nó được gom gọn trong 10 thứ đó thôi, và mỗi một phút giây họ chỉ sống với một thứ; thí dụ họ đang tu đề mục đất, họ chỉ biết đất thôi. Tu đề mục lửa trong một thời gian họ chỉ biết có lửa, họ niệm lửa lửa lửa…, niệm hoài cho đến bao giờ đắc thiền, đắc định thì thôi. Đó gọi là thiền tưởng.
Có nghĩa là họ lìa bỏ thế giới hoang tưởng của dục trần, họ đi lên cái tầng cao hơn, đó là họ gom gọn thế giới vào 10 thứ đề mục, 10 thứ thể tài để mà chìm sâu cái định tâm trong đó; khi mà duyên lành đầy đủ họ có thể chứng đắc thiền định, hóa hiện thần thông; họ tạo ra mọi thứ từ không thành có với một bàn tay trắng; họ muốn có núi non, kinh rạch, sông ngòi đều có được hết. Đó là sức mạnh của thiền tưởng. Nó lạ một chỗ, khi mà họ đơn giản hóa vũ trụ, đơn giản hóa thế giới thì nội tâm của họ có sức mạnh không có cưỡng được. Thí dụ như các vị thấy, cũng là nước nhưng mà khi

người ta dùng nó người ta nén lại làm cái đập thủy điện thì nó mạnh lắm; cũng là nước, mà khi người ta dồn nó vào trong cái vòi xịt để phá bê tông đó thì nó mạnh kinh khủng lắm. Hỏng biết các vị ở đây trong room có biết cái đó không? Các vị có nghe cái đó không? Có nghĩa là nước chỉ là nước thôi, nhưng các vị biết bên Âu Mỹ, bên Đức, hoặc là bên Mỹ đó, bây giờ người ta dùng một cái kỹ thuật nén nước độc đáo lắm, họ tạo ra một áp suất cực kỳ lớn ở trong cái vòi, và với cái vòi nước, họ có thể phá bê tông, các vị có biết không? Trong room có biết cái đó không ta? Trong room có biết cái chuyện là người ta dùng nước, vấn đề là cái vòi nước, cái áp suất nước, người ta có thể cắt tường được, các vị thấy khiếp lắm, cái đó tôi kể các vị nghe mà tôi rùng mình, bởi vì cái đó mà sơ sẩy nó quét ngang cái mặt của các vị là coi như không còn gì để nói nữa, cái tròng mắt nó lòi ra như là cái trái chanh vậy đó. Mà đó là người ta tập trung cái sức mạnh của nước qua cái áp suất, qua cái vòi nước và cái áp suất nó tạo ra sức mạnh như vậy.

Ở đây cũng vậy, khi mà thế giới này không được mình gom gọn lại, mình không có chia trí, đây là xanh, vàng, đây là dài, ngắn, cao, thấp, đây là đàn ông, đàn bà, cái này thấy ghét, cái kia dễ thương, cái nọ ngộ, cái nọ lạ, cái này đắc tiền, cái kia đắc tiền,... mình dẹp hết, mình chỉ còn tập trung từng thứ một: đất đất đất đất...niệm hoài, mai mốt đắc thiền, có thể tạo ra đất từ hai bàn tay trắng. Tạo ra đất là tạo ra cái gì ta? Tạo ra cả một ngọn núi, tạo ra cả một châu lục bằng cái ý tưởng của mình thôi. Khiếp chưa? Khiếp như vậy. Người ta buông tất cả để được tất cả, khiếp như vậy, nha. Nhưng mà nói như vậy thôi chứ không ai mà đắc thần thông rồi mà hiện tùm lum tà la để làm vua, làm chúa, cái đó không có đâu, mà cái khả năng người ta có thể làm chuyện đó, gớm như vậy nha. Cái đó gọi là thiền tưởng.

Tôi quay lại, dục tưởng có nghĩa là đem cái hoang tưởng của mình gắn vào cái vạn vật trong 5 trần cảnh, đó là sắc, thinh, khí, vị, xúc. Khi mà sống đam mê trong 5 cái đó là không có khá. Cái loại thứ hai nó khá hơn, nó biết chán 5 trần để mà nó biến mọi càn khôn vũ trụ vào 10 thứ đối tượng là đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng.

Rồi cái hạng thứ ba mới ghê, hạng thứ ba thấy rằng đam mê trong 5 trần để được cái gì? Tiếp theo, có đắc bao nhiêu tầng thiền, có sở hữu bao nhiêu cái khả năng thần thông rồi thì sao? Tất cả rồi cũng có lúc chấm hết, hễ còn sanh là còn diệt, còn sanh là còn tử, có thì phải mất. Do đó cái hạng thứ ba này là họ tu tập tuệ quán Tứ niệm xứ. Mà tại sao có cái tưởng ở đây? Là buổi đầu, chúng ta biết rồi, để chứng thánh là chúng ta phải thấy cái bản chất của vạn pháp, nhưng mà cái bản chất đó đâu phải dễ thấy, bởi nói bản mà, bản chất là cái chất gốc của nó làm sao mình thấy được, đâu phải dễ. Cho nên buổi đầu, chúng ta muốn nhìn xuyên thấu một cái trái xoài, chuyện đầu tiên chúng ta phải gọt lớp vỏ bên ngoài cái đã; bỏ cái vỏ bên ngoài chúng ta mới vô cái cơm xoài, bỏ cái cơm mới vô tới cái hột, tách cái hột đó ra mới thấy cái mầm của cái hột trong đó. Cái bản chất là vậy đó.

Ở đây cũng vậy, buổi đầu hành giả tu tứ niệm xứ là phải còn lệ thuộc vào cái hiện tượng của danh sắc. Thí dụ như, đi biết là đi, ngồi biết là ngồi, hơi thở ra biết là hơi thở ra, hơi thở vào biết là hơi thở vào, tắm rửa, đánh răng, lau mặt, rửa mặt, tiểu tiện, ăn uống, nhai nuốt, co duỗi, dỡ, bước, đạp tất cả đều được ghi nhận sạch sành sanh, tuốt tuồn tuột, không bỏ sót cái gì hết. Thì toàn bộ cái đó được gọi là quán tưởng, là cái tưởng của giai đoạn đầu tu quán, nó toàn là tưởng hết. Bởi vì nói rốt ráo, làm gì mà trong pháp chân đế, trong đệ nhất tất đàn, làm gì có cái gọi là đi, đứng, nằm, ngồi, hít vào, thở ra, làm cái gì có, nhưng mà buổi đầu mình phải dựa vào cái tưởng để mà sống trong cái tướng, nha. Dựa vào cái tưởng để mà thấy cái tướng của danh sắc. Xong chưa?

Đến một cái lúc nào đó khi mà chánh niệm thuần thục, trí tuệ chín mùi thì chúng ta mới nhìn xuyên thấu qua nó, lúc đó chúng ta thấy không còn đi đứng nữa, mà thấy đó là cái sự vận hành của sắc pháp được điều động bởi danh pháp. Và rốt ráo nhất, chúng ta thấy, ở đây, khổ đế đang được điều động bởi tập đế. Cái chân của mình, cái động tác dỡ chân nó đều là khổ đế. Cái ước muốn mà dỡ chân là tập đế, tới mức đó, thấy như vậy đó, thấy trong toàn bộ đời sống mình cái giây phút nào, cái khoảnh khắc nào mà có sự thích thú đam mê đó chính là tập đế. Ngoài cái tập ra, tất cả những cái còn lại đều là khổ đế hết.

Thì từ từ hành giả mới thấy: "Ồ thì ra đời sống này chỉ gồm có hai thứ: đau khổ và nguyên nhân sanh khổ. Nguyên nhân sanh khổ tạo ra đau khổ. Đau khổ là cầu nối, là chất dẫn để tạo ra nguyên nhân sanh khổ. Nghĩa là từ kết quả nó làm điều kiện để nó dẫn đến cái nhân, cái nhân là điều kiện

dẫn đến quả, gớm chưa? Gớm là gớm chỗ đó. Hành giả mới thấy như vầy, hành giả mới thấy toàn bộ đời sống của mình là khổ tập, rồi từ cái tập nó đẻ qua khổ, từ khổ nó đẻ qua tập, từ tập nó đẻ qua khổ, từ khổ nó đẻ qua tập, cứ như thế, nha. Thì buổi đó là rốt ráo, nhưng mà buổi đầu phải xài cái tưởng để thấy cái tướng, cái tướng là cái vỏ ngoài, nhớ nha. Đi biết là đi, ngồi biết là ngồi, thở ra biết là thở ra, hít vào biết là hít vào, co tay, duỗi tay, dỡ lên, đặt xuống, tắm, rửa, lau mặt, tiêu tiểu, ăn uống, nhai nuốt, cắn, lừa, nuốt tất cả đều biết hết, cái đó gọi là quán tưởng. Chữ quán tưởng trong trường hợp này thôi nha, chứ chỗ khác mà hiểu quán tưởng theo kiểu này là tôi không chịu trách nhiệm nha, nhưng trong chỗ này nói về ba tưởng.

Như vậy đời sống của chúng ta chỉ là một chuỗi ngày sống trong hoang tưởng, ảo tưởng, và tới lúc tu hành đắc đạo, chúng ta cũng phải vay mượn cái tưởng một thời gian để dùng tạm và sau cùng lấy nó làm cái bè sang sông. Qua sông rồi thì bè nào cũng phải bỏ lại không có một cái người nào đầu óc tỉnh táo, không tâm thần mà qua sông rồi còn cõng cái bè đi theo thì chưa từng có trong lịch sử của trái đất. Nhớ cái đó quan trọng. Tưởng phải nói như vậy đó.

48:36

[04/09/2019 - 08:35 - elteetee]

Tiếp theo chúng ta học kinh 75 là kinh Khổ, nội dung y chang như kinh 74, thông qua, học cho nó lẹ. Tôi cũng không còn sống bao lâu nữa, làm ơn nhanh nhanh dùm đi nghe. Hỏng có nói đùa đâu, nghe mệt lắm rồi.

Qua kinh 76, thì ở đây Phật dạy là có 6 cái thứ phiền não mà mình phải bỏ mình mới có thể chứng ngộ La hán, chứng ngộ quả vị giác ngộ được. Chỗ này mà không có Pali, không có chú giải là chỉ có chết, các vị biết không? Rồi 6 cái thứ ngã mạn là cái gì?

1. Một là māna, là so bằng, có nghĩa là tôi đâu có thua gì ông đó đâu, ông đó đâu có hơn gì tôi, tôi với ông đó bằng nhau mà, được gọi là so bằng, là cái ngã mạn đó.

2. Cái thứ hai, gọi là omāna, nói theo ngôn ngữ của mình có nghĩa là mặc cảm hay là tự ti, tiếng Hán kêu là ti mạn, gọi là so thua: Tôi biết mà, tôi biết là tôi hỏng có bằng quí vị, ông đó ổng hơn tôi xa lắm. Mình biết người ta hơn mình nó khác, còn mà mình có cái sự so đo để mà mặc cảm, để mà tự ti thì nó lại là chuyện khác. Hai cái này nó khác nhau xa lắm, một cái là nhận xét, nhận thức; còn một cái là so đo, so sánh.

3. Cái thứ ba là atimāna nghĩa là so hơn, nghĩa là: tôi hơn nó là cái chắc, ông đó làm gì bằng tôi. Mình thấy mình hơn người ta. Atimāna là tự đại, tự tôn, tự kiêu, tức là: ông đó làm sao mà bằng tôi, tôi hơn ổng là cái chắc luôn.

4. Tiếp theo, adhimāna là sao? Adhimāna ở trong chú giải ghi rất rõ là adhigatamānaṃ, adhigata là sự chứng đắc, nhớ nha; adhigatamānaṃ là sao? Có nghĩa là nhầm tưởng mình đã đắc chứng thiền định, đạo quả thì gọi là tăng thượng mạn. Các vị viết dùm tôi adhimāna là tăng thượng mạn, có nghĩa là hiểu lầm mình đã chứng đắc thiền định và đạo quả.

Cho nên trong giới bổn của tỳ kheo có điều bất cộng trụ thứ tư, trong đó có aññatra adhimānā, có nghĩa là vị tỳ kheo tự nhận mình đã đắc chứng pháp thượng nhân gồm có thiền định, đạo quả thì phạm bất cộng trụ, nhưng mà aññatra adhimānam ngoại trừ trường hợp tăng thượng mạn. Làm ơn ở đây ai trong room mà giỏi lấy dùm tôi trong giới bổn tỳ kheo, lấy dùm bất cộng trụ thứ tư bỏ lên đây dùm được hôn, cái đó công đức vô lạng đó, vô lạng công đức, vô google đánh cattāro pārājikā, lấy dùm bất cộng trụ thứ tư của tỳ kheo trong đó có aññatra adhimānā tức là ngoại trừ ra tăng thượng mạn là do hiểu lầm. Tu rồi thấy sao lúc này nó mát lạnh hà, mỗi lần ngồi người nó rờn rợn rờn rợn đã lắm, thấy người nó nhẹ hều, làm như nó sắp bay vậy đó, mà dòm làm như nó sáng sáng chắc hào quang, đắc là cái chắc rồi. Khi mà mình tưởng mình đắc thiền, đắc thông, đắc định, tưởng là mình đắc đạo, đắc quả, mình tưởng như vậy được gọi là tăng thượng mạn.

5. Cái tiếp theo nữa, tôi vừa nhìn bản chú giải, tôi vừa nhìn để tôi giảng cho bà con nghe, tiếp theo là thambha, trong chú giải nói rất là rõ thambhanti kodhamānehi thaddhabhāvaṃ: có nghĩa là cái thái độ, cái trạng thái mà gọi là ngoan cố, lì lợm do bực mình; thaddha là cứng đầu, cái cứng đầu xuất phát từ cái mình nổi giận, nổi điên lên đổ lì ra. Các vị còn nhớ cái chuyện mà tôi kể hoài là thằng nhỏ nó vô chùa nó phá, nó hái trái cây bị ông sư trụ trì ổng la, bà con nhớ cái đó không? Rồi

nó chạy về nó méc với ba nó, ba nó mới chạy vô nói: "Thầy, sao thầy chửi nó?", thầy nói: "Tôi chưa chửi ai", "Thầy đánh nó?", "Bần tăng chưa đánh ai, chưa chửi ai", "Thầy liệu thầy đó!", cái ổng nói: "Bần tăng cũng chưa có ngán ai hết đó". Đó, thì cái trường hợp đó thành ra thambha là vậy đó.
Có nghĩa là ổng đã ép ông thầy lên tới nước ba rồi; nước một là thầy nhớ đừng có chửi nó, bần tăng hỏng có chửi ai; bần tăng không đánh ai; rồi ông bố nói thầy liệu thầy đó, thì lúc ông thầy ổng nổi điên bần tăng cũng chưa hề ngán ai hết trơn, muốn là bần tăng xử luôn, nha. Thì cái đó được gọi là thambha, có nghĩa là đổ lì rồi đó, chọc điên đến mức tới đỉnh, nó đổ lì đừng có trách nha. Như vậy thambha là ngoan cố, lì lợm.
6. Tiếp theo nữa là atinipātaṃ, trong chú giải mới giải thích thế này: hīnassa hīnohamasmīti mānaṃ, ở đây có hai trường hợp, muốn giải thích cái thứ 6 này mình phải quay lại một cái chuyện khác.
Ngã mạn nó có hai trường hợp:
Một là yathāvamāna tức là như thật mạn, có nghĩa là so sánh đúng sự thật: thua biết là thua, mình nghĩ là thua; bằng thì mình nghĩ là bằng; nói chung là có cái ý so sánh trong đó nhưng mà đúng sự thật gọi là yathāvamāna.
Còn trường hợp thứ hai là ayathāvamāna tức là hư ngụy mạn, có nghĩa là ngã mạn nhưng mà nó sai sự thật. Mình thua người ta nhưng mà mình tưởng mình bằng người ta, mình tưởng mình hơn người ta, mình thua mà mình tưởng như vậy. Hoặc là mình bằng người ta mà mình tưởng mình hơn người ta. Trong room có hiểu không ta?
Thì ở trong đây cái thứ hai omāna ở đây thuộc về ayathāvamāna, tức là mình nghĩ mình thua thôi chứ chưa chắc là mình thua. Nhưng mà riêng cái thứ 6 này trong chú giải ghi là hīnassa....có nghĩa là mình thua thật là mình biết mình thua thật. Cái thứ 6 là yathāvamāna, bây giờ có hiểu chưa ta?
Mình nghe sáu cái pháp này nó có gì đâu ghê gớm mà tại sao Đức Phật Ngài dạy không bỏ 6 cái này thì không có chứng thánh được? Mình thấy đâu có gì đâu, thấy cũng đâu có gì đâu ghê gớm, ngó vô là phải có vô minh, tà kiến, tham ái, sân si nó mới ghê, còn 6 cái này mình thấy đâu có ghê ta? Phải không, mình nhìn vô mình thấy đâu gì đâu mà ghê? Tức là so bằng, so hơn, so thua, rồi trong đó có cái hiểu lầm rồi tăng thượng mạn, trong đó có cái lì lì, ngoan cố, có chút đó thôi, chớ làm gì ghê đến mức mà cản trở đạo quả giải thoát. Dạ thưa nó hỏng phải như mình nghĩ đâu. Bởi vì khi mà ta còn sống trong ngộ nhận, ta thấy mình còn là cái gì đó. Do tham ái và tà kiến khiến ta thấy mình là quan trọng thì mới có cái ý niệm so sánh.
Cho nên ở đây mình thấy rõ ràng Đức Phật không hề nhắc gì tới phiền não ghê gớm như chúng ta đã biết, mà Ngài chỉ nói ba cái mạn, ba cái so sánh này thôi. Nhưng mà tại sao nó lớn chuyện? Là bởi vì mấy cái ông này ổng đi ra từ hai cái phiền não cực kỳ nguy hiểm và quan trọng đó là tham ái và tà kiến. Mà tham ái và tà kiến ở đâu thì vô minh nằm ngay bon ở đó. Vô minh là vô minh trong bốn đế: không biết rõ mọi thứ là khổ, không biết rõ rằng đam mê trong khổ chính là con đường dẫn đến khổ, muốn hết khổ thì đừng đam mê trong khổ nữa, sống bằng ba nhận thức ấy chính là con đường thoát khổ. Chính vì vô minh trong bốn đế cho nên người ta mới có tham ái và tà kiến là hiểu sai đó, nghe. Từ đó mới có ra ngã mạn, có so bằng, so hơn, vì hồi nãy tôi nói rồi, chính cái tham ái và tà kiến nó khiến cho mình thấy mình là quan trọng, khi mình thấy mình là quan trọng thì cái đối tượng trước mặt mình dứt khoát là lớn chuyện, tại vì sao?
Vì mình nghĩ mình là một con người nào đó, một chúng sanh, một cá thể nào đó và cái tên mà nó tấn công mình nó cũng là cá thể nào đó. Lẽ ra mình nên hiểu rằng trên đời này không hề có một ai là cá thể, tất cả là sự lắp ráp, sự ghép nối mà thành, giả lập mà nên, chớ hỏng có cái gì mà đơn thuần, mà Marxist, là solid, là pure, không có.
Cho nên chúng ta nhớ bên Mỹ có một câu rất là hay mà tôi nói hoài tôi nhục luôn đó, tất cả người Mỹ đều biết câu này: "United we stand", các vị có hiểu câu này không? Cái câu này người Mỹ họ hiểu theo cái ý của họ: "Đoàn kết thì tồn tại". Nhưng mà cái câu này hiểu trong A tỳ đàm nó hay không tưởng tượng nổi, là sao? Cái câu này nếu mà hiểu theo A tỳ đàm, United we stand có nghĩa là gì? Là đời sống của chúng ta chỉ là sự ráp nối thôi, do cộng lại các sự rời rạc, các mối mang rời rạc mà nó hình thành nên cái gọi là chúng ta, nó hình thành nên cái gọi là we, us và our. Các vị hiểu không ta? Do cộng lên mọi thứ, do cộng lại tất cả những cái rời rạc trong tâm sinh lý, cộng lại những thứ thiện ác, buồn vui mà chúng ta mới hiện hữu. Cho nên cái chữ United we stand nếu mà

hiểu theo người Mỹ thì họ hiểu rằng Đoàn kết thì sống, nhưng mà hiểu theo A tỳ đàm nó hay banh xác luôn, nó quá hay, yah, nó hay lắm, nó hay dữ lắm quí vị biết không? Nó hay vô cùng tận quí vị à, nó hay lắm, nó hay đến cái mức mà coi như là tôi muốn tất cả phật tử mình đều đeo một lá cờ Mỹ trên ngực, bởi vì sao?
Bởi vì tất cả chúng ta đều là United States, có nghĩa là sao ta? Tất cả chúng ta đều là những cái rời rạc được ghép nối nên thành ra ông A, bà B, ông C, bà F. Trong room có hiểu tôi nói gì không ta? Có hiểu không? Ở đây không được dịch là Hiệp chủng quốc mà chúng ta phải dịch là đồ ráp. United States có nghĩa là đồ ráp. States có nghĩa là các tiểu bang. State nó có nhiều nghĩa, nó có nghĩa là quốc gia, mà nó cũng có nghĩa là tiểu bang, mà United States ở đây mình đừng có hiểu là Hiệp chủng quốc mà phải hiểu rằng đồ ráp, chúng ta là đồ ráp, nha.
Cho nên chúng ta không có lá cờ nào đáng để cho chúng ta gắn lên áo bằng lá cờ Mỹ. Và cũng không có hình Phật nào mà đeo trên ngực nó hay bằng thánh giá, vì sao? Vì cái thánh giá nó chính là cái chữ I bị gạch ngang, tu hành phải là vô ngã vị tha, cho nên cái thánh giá bên kia nó là cái cross chỗ thập giá là cái nơi mà Chúa thọ hình chịu nạn để trả tội tổ tông cho loài người. Nhưng mà bên đạo Phật cái thánh giá không hề có nghĩa vậy, thánh giá theo Đạo Phật là xóa đi chữ I. Các vị thấy không? Đây là chữ I tiếng Anh là Tôi, mà mình tu là mình xóa cái chữ I đi, các vị có hiểu không ta? Bây giờ các vị hiểu chưa? Các vị nghe đạo tôi riết các vị thành ra những người giống như vừa phản quốc mà vừa ngoại đạo....Thế nào cũng có người nói ổng lên giảng ổng kêu gọi phản quốc và phản đạo. Phản quốc là ổng kêu không có màu cờ nào mà hay hơn cờ Mỹ hết, đó là cái thứ nhất, thứ hai ổng kêu đừng đeo tượng Phật mà đeo thánh giá, mà họ quên cái phần ghi chú của tôi. Ghi chú ở đây, cái thánh giá đây có nghĩa tu là mình xóa cái chữ I đi, nha, nhớ chữ I đó, xóa cái đó.
1:05:09
[05/09/2019 - 12:14 - elteetee]
Cho nên các vị biết không, đôi khi tiếng Mỹ nó không hay bằng tiếng Việt Nam, tiếng Mỹ nó chỉ có chữ We thôi quí vị, trong khi tiếng Việt Nam mình có hai cái chữ chúng tôi và chúng ta. Nếu mà nói rốt ráo thì Đạo Phật là thế này, chúng ta phải tu tới một cái mức nào đó, ta chỉ còn dùng cái chữ "chúng ta" và đừng bao giờ xài chữ "chúng tôi". Khi chúng ta nói tới chữ "chúng tôi" thì chúng ta còn phân biệt đây và đó, bỉ và thử, chủ và khách. Các vị nghe kịp không? Chúng ta tu đến một ngày mà chỉ còn chữ "chúng ta" thôi. Chỗ này thằng Mỹ chỉ có cắn răng, nó dịch không nổi, Mỹ không có tài nào mà dịch được chữ này hết. Trong room có hiểu không ta? Các vị có phân biệt được "chúng tôi" và "chúng ta" không? Khi tôi nói "chúng tôi" thì có nghĩa là tôi còn phân biệt bỉ thử, tôi là người nói và đối tượng là người nghe; nhưng mà khi nói "chúng ta" có nghĩa là thiên hạ đại đồng, tất cả vũ trụ, giang sơn qui về một mối. Các vị nghe kịp không ta?
Lúc đó không còn cái sự phân biệt nữa quí vị à. Nó hay dữ lắm luôn, các vị biết không? Nếu mà biết đạo rồi, nó hay dữ lắm, lời Phật hay không có tưởng nổi.
Mà khi nào anh còn sống trong phân biệt bỉ thử, đây và đó, trong và ngoài, chủ và khách, thì ngày đó anh vẫn còn đau khổ và ngày đó anh vẫn còn sanh tử, là vì sao? Vì không chỉ đơn giản so sánh mà là sanh tử, mà là chính vì hai điều:
Điều thứ nhất cái gì đã dẫn đến sự so sánh ấy? Dạ thưa: Tham ái và tà kiến, đó là một chuyện.
Thứ hai, từ cái nhân và cái quả của ngã mạn nó quá kinh khủng đi, thứ nhất cái nhân của ngã mạn là tham ái và tà kiến; cái quả của ngã mạn là gì? Là từ cái ngã mạn đó anh mới bắt đầu anh làm tùm lum chuyện anh bảo vệ màu cờ, sắc áo; anh bảo vệ cái tôi của anh, anh bảo vệ dòng tộc của anh; anh bảo vệ tài sản; gia đình
của anh; anh bảo vệ tên tuổi, mặt mũi, sĩ diện của anh, anh bảo vệ từng sợi tóc, từng cái móng tay, từng bộ phận cơ thể của anh; anh vì cái chữ ngã mạn mà anh tìm cách giữ gìn lại cái hình hài mấy chục ký lô này của anh và anh coi đó là toàn bộ càn khôn vũ trụ, các vị có nghe kịp không? Cái ngã mạn nó lớn chuyện ở cái chỗ là cái nguồn mà sanh ra nó là tham ái và tà kiến; mà cái quả của ngã mạn, cái mà hệ quả, hệ lụy mà anh dẫn đến toàn là chuyện tầm bậy không. Tất thảy chúng ta trong room này mà có phản ứng gì đi nữa trước 6 trần cảnh đều là do ngã mạn hết, các vị có nghe không ta? Đó, nó lớn chuyện như vậy đó quí vị, lớn chuyện lắm chớ hỏng phải không.
1:08:00

[05/09/2019 - 07:13 - elteetee]
Rồi tiếp theo qua tới kinh 77, tôi bàn với bà con không biết họ có chịu hay không, chứ tôi thấy cái nào bà con tự đọc hiểu thì thôi dẹp tôi khỏi có giảng, mệt lắm, các vị hiểu không ta? Như cái này là quí vị đâu có gì đâu mà khó hiểu. Kinh 77, sáu cái pháp này nè, nếu một người mà không có lìa bỏ được thì không có tài nào mà chứng thánh được hết. Sáu cái pháp này là cái gì?
1. Thứ nhất là thất niệm, là sống không chánh niệm, tôi nói với bà con không biết là bao nhiêu lần, từ vô thủy luân hồi đến nay, từ vô lượng kiếp tái sanh tới nay chúng ta sống y chang như là cái xác chết vậy đó. Là sao? Có nghĩa là chúng ta đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, sinh hoạt, chúng ta không có nhớ mình đang làm cái gì, chúng ta chỉ là cương thi thôi.
Kể từ bây giờ chúng ta phải nhớ rằng: Lúc nào tôi không có chánh niệm thì giây phút đó tôi là cương thi. Không biết trong room có hiểu chữ cương thi không? Cương thi là cái trường hợp xác người chết, theo bên Tàu, họ nói bị ma nhập hoặc bị mấy thầy bùa điều khiển; cái xác nó dựng thẳng người lên rồi hai cái bàn tay nó xỉa thẳng về phía trước vuông góc với thân hình, nó nhảy cà xom cà xom, cà tưng cà tưng gọi là cương thi. Nếu mà chúng ta không có chánh niệm thì chúng ta sẽ trở thành những cương thi, có nghĩa là chỉ có nhúc nhích di động chớ chúng ta không có biết cái gì hết trơn. Cái niệm nó lớn chuyện lắm, không có chánh niệm là chúng ta sống như vậy. Và chính vì không có chánh niệm, không biết cái gì nó đang diễn ra, nó đang xảy ra, nó đang hoạt động; chính vì không biết cho nên cơ hội cho thích và ghét là coi như đầy dẫy. Người sống có chánh niệm, nói theo ngoài đời là sống có chừng mực, có ý tứ thì luôn luôn sống trong sự kiểm soát. Còn thiếu chánh niệm rồi là chúng ta luôn luôn bỏ ngỏ cái nội tâm của mình. Các vị nghe cái chữ bỏ ngỏ là dễ sợ lắm, bỏ ngỏ là không còn kiểm soát, không còn quan sát, không còn kềm chế, không nằm trong tầm ngắm, tầm nhìn của mình nữa được gọi là bỏ ngỏ.
Thì cái chánh niệm nó là gốc của các thiện pháp như là trong kinh thất giác chi, Đức Phật đã dạy cái đỉnh cao của thiện pháp là trí tuệ, đúng, nhưng ở trong thất giác chi thì có lúc trí tuệ nó đóng vai trò chủ đạo, có lúc nó lùi xuống còn thứ yếu, riêng chánh niệm thì không. Vì sao vậy? Vì trí tuệ có lúc nó trồi sụt, có lúc nó quá mạnh, có lúc nó quá yếu. Nhưng mà riêng chánh niệm thì không, chánh niệm là cái giác chi duy nhất không bao giờ bị dư, nhớ nha, sabba(?) sattim ca bikkhave sabba(?), này các tỳ kheo riêng niệm giác chi là nó cần thiết trong mọi lúc. Thí dụ như Ngài dạy khi nào cái tâm mình nó bị tiêu cực, nó bị xuống dốc, nó bị sa đà, nó bị yếu đuối; thì mình nên dùng ba cái giác chi là trạch, cần, hỷ để kéo nó lên. Mà khi nào nó bung xung, nó lừng lẫy quá muốn kéo nó xuống thì mình phải dùng ba cái giác chi tĩnh, định, xã. Riêng niệm giác chi là đặc biệt cần thiết trong mọi tình huống. Nhớ cái đó rất là quan trọng bởi vì chánh niệm chính là người gác cổng dầu thời chiến hay thời bình, dầu nhà dân hay cửa quan, thậm chí trong tử cấm thành thì cái người gác cổng luôn luôn là quan trọng, là vì sao? Là vì ông bà xưa đã nói: "Gác thành trăm năm không có giặc, quên gác một đêm liền có giặc". Không biết trong room có nghe câu này không ta? Gác cổng thành, gác thành trăm năm thì hỏng có giặc, mình cứ gác tới giờ đổi phiên vậy đó hỏng bao giờ thấy, nhưng mà bỏ gác một đêm liền có giặc. Cái câu này rất là quan trọng. Tôi nhắc lại một lần nữa, gác thành trăm năm thì không thấy giặc nào tới hết, nhưng mà thử bỏ, có ngon bỏ một đêm đi, là giặc nó ập vô liền. Cái cơ thể mình cũng vậy, ăn uống, thuốc men, sinh hoạt, vận động phải thật là cẩn thận, kêu quí vị cẩn thận như vậy thì mấy cái bệnh nó đi đâu mất tiêu hà, mà chỉ cần các vị lơ đễnh, thiếu kiểm soát trong vòng một tháng là nó lòi ra đủ thứ bệnh hết, ngộ lắm, hỏng biết nó trốn ở đâu mình hỏng có biết. Tôi biết có trường hợp có cái ông đó là ổng khám bệnh định kỳ, cứ là 6 tháng đi một lần, 6 tháng đi một lần, có một lần đó, lần cuối cùng trong đời của ổng, ổng ở bên Mỹ, lần cuối cùng ổng vừa khám lần định kỳ cuối cùng, ổng khám xong xuôi ổng quay về thì hai tháng sau bệnh nó phát. Mà ổng thấy nó kỳ kỳ vậy thôi, ổng đi bác sĩ gia đình thôi, mà ổng trước khi đi bác sĩ gia đình thì ổng cũng đợi nó quá thời ổng mới chịu đi, chớ ổng nghĩ mới đi khám định kỳ, đi chụp tùm lum, thử đàm, phân, máu, nước tiểu tùm lum hết thì bây giờ làm gì có bệnh, giờ nghe kỳ kỳ, chắc cũng tại ăn uống, tại thời tiết bậy bạ, ổng nghĩ vậy đó, ổng không ngờ, ổng không ngờ. Trong lúc mà ổng nghe nó kỳ quá đi mới là đem đi bệnh viện thì coi như là đã quá muộn màng. Nhớ hôn, cho nên nó ngộ lắm, cho nên giữ thành trăm năm không có giặc, mà quên gác một đêm, giặc liền đến. Cái chánh niệm nó lớn chuyện như vậy đó quí vị, lơ đễnh là chết liền.

2. Rồi cái thứ hai là gì? Là không phòng hộ các căn. Trong kinh nói thế này, 6 căn của chúng ta giống như 6 con thú vậy đó, Đức Phật Ngài dạy rằng, nếu mình đem con cá, con chim, con chồn, con rắn, con chuột,..mình dồn vô trong một chỗ, thì Ngài nói rằng con cá nó luôn luôn có khuynh hướng tìm về với nước; mà con chim có khuynh hướng là bay lên trời cao; chồn, cáo thì thích lùm, bụi; mà rắn, rít thì thích hang hốc;... Chỉ cần mở cái cửa chuồng ra một cái thì cá nó về nước, chim về trời liền. Cũng vậy, 6 căn của chúng ta luôn luôn trong tình trạng hướng đến 6 trần. Bây giờ các vị muốn biết cái đó có hay không, các vị nhắm mắt lại đi. Mắt thì nhắm há, nhưng mà lỗ tai các vị là nó vẩu lên, nó dỏng lên nó nghe; lỗ mũi mình thấy như vậy đó chứ còn lúc mà nghe cái mùi gì đi ngang là nó biết liền; ý là cái đầu mình coi như là làm việc liên tục. Coi như 6 căn luôn luôn trong tình trạng chực chờ để mà theo đuổi 6 trần, nhớ nha, đó là điều thứ nhất.
Điều thứ hai, chỉ cần không có chánh niệm để mà gọi là thu thúc lục căn, không có niệm và không có trí đó, thì coi như một giây phút mà lơ đễnh không thu thúc lục căn, một là chúng ta sẽ phải gặp cái mình ghét, hai là phải gặp cái mình thích. Quí vị yên tâm cái chuyện đó chính xác 100%, nha, chỉ cần 6 căn không có được thu thúc, trong từng phút nó sẽ phải đối diện với cái mình thích và cái mình ghét. Thích mà không được là khổ, ghét mà tránh không được là khổ, nãy giảng rồi, nhớ cái đó, cái đó quan trọng lắm, nha. Cho nên, thu thúc lục căn, ngoài cái chuyện là an lạc hiện tiền, nó còn là điều kiện tốt nhất để mà chứng thánh, vì sao? Khi mà anh thu thúc lục căn, anh mới có dịp anh thấy anh là đồ ráp, anh thu thúc lục căn anh mới thấy ý nghĩa rốt ráo của 4 đế, mà ở đây rõ ràng nhất, chính là khổ và tập đế, nha; chỉ có thu thúc lục căn, quan sát cái hoạt động của 6 căn trong từng phút, chúng ta mới có dịp thấy được cái giáo lý 4 đế một cách rõ ràng nhất. Các vị mới thấy: đây là khổ nè, đây là nhân dẫn đến khổ.
Tôi nhắc lại một lần nữa, rong chơi nhiều lắm thì cũng nữa đời thôi, bây giờ phải chuẩn bị tới cái chết, nha, làm gì làm, phải chuẩn bị tới cái chết. Nhớ hoài cái này, bắt đầu từ thu thúc lục căn mà tôi quẹo qua cái chết là bởi vì tôi muốn bổ sung cho đề tài đó thôi. Nữa đời theo đuổi 6 trần tôi cho là đã đủ rồi, nha, bây giờ đến cái tuổi này, nếu mình đã 50 thì mình đã đi hết 2 phần 3 đường rồi. Tôi nói không biết là bao nhiêu lần, một tờ 100 đồng mình đổi ra 5 tờ 20 thì giá trị của mỗi tờ 20 ấy hoàn toàn giống nhau, có đúng vậy không? Nhưng mấy chục năm trong đời của chúng ta, nếu chúng ta chia nó ra thành mấy đoạn 20, thôi chia 15 cho nó dễ, mình chia thành 5 lần 15 đi, thì cái giá trị của mỗi đoạn 15 nó khác nhau, các vị phải đồng ý với tôi, chứ nó không giống như mấy cái tờ đô la, tại sao vậy? Vì 15 năm đầu đời mình không biết cái gì hết, xong chưa? 15 năm tiếp theo, là tuổi 30 chúng ta bôn ba, rồi chúng ta có quyền lực, chúng ta may mắn, chúng ta có vợ đẹp, con ngoan, chồng giỏi. Chúng ta hưởng thụ tới cái lúc mà 60 thì coi như cái 15 năm cuối đời nó không có giá trị giống như 15 năm trước được. Hiểu không? 15 năm đầu đời là xài hỏng được, 15 năm cuối đời là chỉ có bệnh, chỉ có khổ, chỉ có buồn, chỉ có tủi thôi, nhớ nha.
Tôi nhắc lại một lần nữa, đó là 5 tờ 20 luôn luôn có giá trị giống nhau, nhưng mà mỗi một chặng 15 hay 20 năm trong đời mình giá trị hoàn toàn khác nhau. Đừng nói rằng tôi còn 20 năm nữa, sai bét. Bởi vì nếu năm nay mình đã 50 thì 20 năm cuối đó, cái giá trị nó đâu có được như cái hồi mà 20 tới 40 hoặc 40 tới 60 đâu quí vị, đâu có được, đâu có giống như vậy. Bởi vì 50 là bắt đầu giai đoạn xuống đồi rồi, downhill rồi nha; là bắt đầu nó tuột từ từ, từ từ, từ từ xuống, đó.
Cho nên cái chữ thu thúc lục căn này là gì? Do nhiều đời sanh tử chúng ta có tập khí phiền não, chúng ta mang thân người, chúng ta có cái nhu cầu trước 5 trần, có nhu cầu với 5 trần, do mang thân nhân loại, chúng ta có những cái nhu cầu vật chất mà ở cái loài súc sanh nó không có. Thí dụ như ăn ngon, mặc đẹp súc sanh nó không có, súc sanh nó chỉ có ăn một món ăn hoài hà. Loài chư thiên họ cũng không có những nhu cầu như mình, chư thiên họ không có nhu cầu mà nhà cao cửa rộng, xe cộ, hoành tráng, hào nhoáng, họ không có, bởi vì sao? Vì trên chư thiên, phước mình sanh lên trển, phước mình tới đâu thì mọi thứ nó có sẵn như vậy, không có cần phải đấu tranh, vật lộn, kiếm tìm như cõi người. Do đó trên chư thiên họ không có cái gọi là nhu cầu, là vì sao? Vì sanh lên, cái gì có là nó có rồi, từ đó cho tới ngày họ chết họ có cảm giác là nó đã có sẵn, giống như là trời đất, trăng sao, giống như là dưỡng khí vậy đó, mình hỏng gọi đó là nhu cầu để mà mình theo đuổi.
Cho nên chính vì mang thân nhân loại, mình có đủ thứ nhu cầu và từ đó mình được hạnh phúc khi những nhu cầu ấy được thỏa mãn. Mình đau khổ khi những nhu cầu ấy không được giải quyết thỏa

đáng, các vị nghe kịp không? Đấy, phải thấy được cái đó, chúng ta thấy được những cái gì trong 5 trần chúng ta thích hoàn toàn là do tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý và môi trường sống, chứ tự thân những cái thứ đó không có giá trị tuyệt đối. Có loài nó thích ăn phân người, có loài nó thích ăn máu tươi, nó liếm thịt sống, nha. Có loài nó thích ăn trùn, dế, côn trùng. Có loài nó thích ăn lá, cây, củ rễ.

Con người mình thích ăn những thứ mà không giống như cái loài khác. Rồi trong đám loài người, người Nhật ăn khác người Tàu, người Tàu ăn khác người Thái, người Thái ăn khác người Việt, người Việt ăn khác người Ý, người Ý ăn hỏng giống người Pháp, ...đại khái như vậy, khác chút đỉnh, chút đỉnh hoặc là khác nhiều, khác ít thôi.

Thì điều đó cho thấy rằng cái mình thích, cái sở thích của mình trong 5 trần nó là cái gì đó rất là lừa phỉnh, nó không có giá trị tuyệt đối; và chưa kể là do cái tấm thân sinh lý này, còn mang cái thân này là chúng ta còn bị đói, còn bị lạnh, còn bị ngứa, còn bị nhức, mỏi, tê, buốt. Chính vì đói, khát, lạnh, nóng, nhức, mỏi, tê, buốt cho nên chúng ta mới nẩy ra các thứ nhu cầu. Và chúng ta cũng biết rằng trên đời này vốn dĩ không có hạnh phúc mà chỉ có giải pháp cho đau khổ thôi. Khi mà một nỗi khổ niềm đau được giải quyết, mình bèn gọi tên cái giây phút đó là hạnh phúc. Ngứa là khổ, gãi được, giải quyết được cái ngứa đó mình bèn gọi nó là đã, là sướng. Đói là khổ, bây giờ mình kiếm cái gì mình ăn vào thì cái ăn đó là giải pháp cho cái đói, nhưng mà mình gọi tên cái ăn đó là hạnh phúc. Mình lạnh quá, mình mới có cái gì đó đắp vào, khi mình đắp vào cái lạnh nó được giải quyết, mình bèn gọi đó là ấm êm, là hạnh phúc. Mình nực quá, mình xài quạt máy, mình xài máy lạnh, cái nực nó được giải quyết, mình bèn gọi là sướng, là mát, ok?

Hiểu được như vậy đó quí vị, thì mình mới có khả năng thu thúc lục căn. Chớ còn nếu mà mình thu thúc lục căn là vì trong kinh nói như vậy đó, trong kinh Đức Phật dạy vậy, ráng thu thúc cho có phước, hỏng thu thúc là có tội là hỏng được. Tu mà cái kiểu mà nén như vậy là hỏng được, mà phải hiểu tại sao?

Theo tôi được biết, có một khác biệt rất lớn giữa hai nền giáo dục tiên tiến và chậm tiến. Cái nền giáo dục chậm tiến là nhồi sọ, là tẩy não, là nhồi nhét, thích hay không thích em phải học thuộc lòng thì thầy cô mới chấm điểm cao cho em. Nhưng mà nền giáo dục tiên tiến là sao? Họ không có tập trung học tủ, họ không có tập trung học thuộc lòng mà chỉ là khơi mở, gợi ý.

Ở đây cũng vậy, lời dạy của Phật rất là minh triết, Phật không có đề nghị mình tu cái kiểu mà nhồi sọ: con phải vậy, con phải vậy; ít nhất phải hiểu là tại sao con làm như vậy, nha.

Ok, bửa nay tôi mệt rồi, cho tôi nghỉ đi nha, rồi ngày mai tôi sẽ quay lại với các vị. Ok, chúc quí vị một ngày vui, một đêm an lành, nhiều mộng đẹp.